



Insper

**Cuidados com a saúde
no Home Office**

Live Insper Pessoas

O que abordaremos?



- 1** | Quais benefícios podem nos ajudar nesse momento?
- 2** | Dicas de Relaxamento
- 3** | Novidades RH
- 4** | Hábitos Saudáveis



Combinados da live

Ok?



Compartilhamento

Conexão

Ruído

Participe!

Perguntas e Dicas

Benefícios

Cuidado com a saúde no Home Office



Bradesco Saúde



**Odontoprev
Dentista Online**



**Alelo
Refeição e Alimentação**



Farmaseg

Vacina da Gripe:

- **Qual:** Quadrivalente
- **Quando:** de 22 a 24/04
- **Onde:** Espaço Saúde do Insper | Térreo
- **Valor:** R\$ 51,00 por dependente

Desconto em folha de pagamento

Dicas de Relaxamento

Cuidado com a saúde no Home Office



Yoga Online



Meditação Online



Meditação Guiada



OrienteMe
Cupom: OM100

Novidades RH

Cuidado com a saúde no Home Office



Grupos de Afinidades:

16
abril

Atividades Físicas e Esportes

Victor e Luciano

23
abril

Filmes e Séries

Rafaela e Stéphanie

30
abril

Alimentação Saudável

Bruna e Paula

Programa de Gestantes:

- O contato é realizado 1 vez por mês até a 28^o semana de gestação, depois será realizado quinzenalmente
 - A mamãe receberá uma Cartilha de Gestante e Cartilha de Bebê
- Após o nascimento, enviaremos um brinde à residência da mamãe
- Disponível para mães titulares e dependentes

Hábitos Saudáveis

Cuidado com a saúde no Home Office

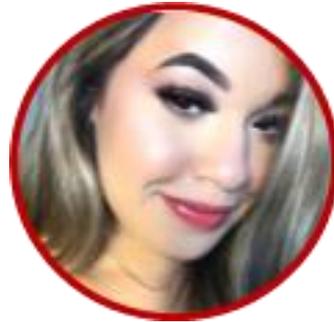


Karina Venturi
Líder da Equipe de Saúde
Vitta



Dúvidas

Insper Pessoas



Rafaela Nunes

Engajamento e Desenvolvimento

RafaelaNS@insper.edu.br



Thaline Novais

Benefícios

ThalineRSN@insper.edu.br

Qualquer outra dúvida, entrem em contato
pelo e-mail do **Insper Pessoas**.
ipessoas@insper.edu.br

Obrigada.